༄༅།།བོད་སྨན་གྲུབ་ཐོབ་རིལ་དཀར་གྱི་ཐོག་མའི་འབྱུང་ཁུངས་དང་སྦྱོར་བཟོའི་ལག་ལེན་སོགས་རགས་ཙམ་གླེང་བ།

ཧེ་མ་ཚེ་རིང་།① བློ་བཟང་རྡོ་རྗེ།②

①② བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་སྨན་རྩིས་ཁང་སྨན་སྦྱོར་ལྟེ་གནས། ལྷ་ས། ༥༥༠༠༠༠

ནང་དོན་གནད་བསྡུས། དཔྱད་རྩོམ་འདིའི་ནང་བོད་སྨན་གྲུབ་ཐོབ་རིལ་དཀར་གྱི་ཐོག་མའི་འབྱུང་ཁུངས་དང་མིང་གི་གྲུབ་ཚུལ། སྨན་རྒྱུ་ངོ་སྤྲོད་དང་འདུལ་སྦྱོང་ལག་ལེན་བྱེད་ཚུལ། གཞན་སྨན་གྱི་སྦྱོར་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཁག་གཉིས་དང་ཁ་བསྐུར་བྱ་ཚུལ་སོགས་དཔེ་མཚོན་ཙམ་དུ་བཀོད་པ། ལྷག་པར་དུ་བོད་སྨན་སྨན་རྒྱུ་བྲག་ཞུན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་དང་ངོས་འཛིན། རྒྱ་ཡིག་ཏུ་ཡིག་སྒྱུར་བྱེད་ཚུལ་ཐད་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བར་དབྱེ་ཞིབ་དང་གསལ་འགྲེལ། དེ་བཞིན་སྨན་གྱི་ཕན་ནུས་སམ་ཁྱད་འཕགས་རང་བཞིན་སོགས་ཀྱི་ཐད་ལག་ལེན་དངོས་དང་འབྲེལ་ནས་ཅུང་ཟད་གླེང་ཡོད།

གནད་ཚིག གྲུབ་ཐོབ་རིལ་དཀར། འབྱུང་ཁུངས། སྨན་གྱི་སྦྱོར་བཟོ། འདུལ་སྦྱོང་ལག་ལེན།

བྱང་ཀའི་དཔེ་རིམ་དབྱེ་རྟགས། R283.3 [ཡིག་ཆང་མཚོན་བྱེད།] A [རྩོམ་གྱི་ཀ་རིམ།] 2096-210X(2021)-0143-07

དེ་ཡང་ཞི་བྱེད་སྡེ་ཚན་ལྔ་ལས་རིལ་བུའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་བོད་སྨན་གྲུབ་ཐོབ་རིལ་དཀར་ནི་དེང་དུས་ནད་ཐོག་དངོས་ནང་འགྲོ་ཁྱབ་ཆེ་ཞིང་ཕན་ནུས་མྱུར་བ་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་སྨན་མཆོག་ཞིག་ཡིན་ཅིང་། དེའི་སྦྱོར་བར་བཞེད་ཚུལ་ཅུང་མི་འདྲ་བ་དང་། ལྷག་པར་དུ་དེང་དུས་སྦྱོར་བའི་ནང་གི་སྨན་རྒྱུ་བྲག་ཞུན་ལྷ་བྱུར་ངོས་འཛིན་དང་འདུལ་སྦྱོང་བྱེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་སྣང་ཚུལ་མཆིས་པས། འདིར་རང་ཉིད་ནས་སྨན་མཆོག་འདིའི་ཐོག་མའི་འབྱུང་ཁུངས་དང་། སྨན་གྱི་སྦྱོར་བ། སྦྱོར་བའི་ནང་གི་ཀུན་བྱེད་རྒྱལ་པོ་ཞེས་པར་བྱུང་ལུགས་དང་ཟུར་ལུགས་གཉིས་སོ་སོའི་ངོས་འཛིན་མི་འདྲ་བའི་སྐོར་དང་། སྨན་རྒྱུ་ངོ་སྤྲོད་དང་འདུལ་སྦྱོང་ལག་ལེན་བྱེད་ཚུལ། ཕན་ནུས་སམ་ཁྱད་འཕགས་རང་བཞིན་སོགས་ཀྱི་ཐད་ལག་ལེན་དངོས་དང་འབྲེལ་ནས་ཅུང་ཟད་གླེང་བར་བྱ་སྟེ།

དང་པོ། ཐོག་མའི་འབྱུང་ཁུངས་དང་མིང་གྲུབ་ཚུལ།

གྲུབ་ཐོབ་རིལ་དཀར་ནི་གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱུག་ལྕགས་ཟམ་པ་བརྩོན་འགྲུས་བཟང་པོས་མཛད་པ་ཡིན་ཏེ། ཐང་རྒྱལ་རིལ་བུ་དཀར་དམར་གྱི་གཞུང་གསལ་བྱེད་ལས། ན་མོ་གུ་རུ་དེ་བ་ཌཱ་ཀི་ནྲྀ་ཧྃ༔ ཕ་རྒྱན་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོ་ངས།།དཔལ་རི་བོ་ཆེ་ཡི་རྩེ་མོ་རུ།།མི་རྟག་ཉིང་འཛིན་བསྒོམ་པའི་ཚེ།།མཁའ་ལ་འཇའ་དང་སྒྲ་འོད་བྱུང་།།ནམ་མཁའི་ཐོངས་སུ་བལྟས་པའི་ཚེ།།ཨོ་རྒྱན་མཁའ་འགྲོའི་ཡུལ་ནས་ནི།།མཁའ་འགྲོའི་གཙོ་མོ་ལྷ་སྒྲོན་ནས།།དབུས་ཀྱི་གཙོ་

མོའི་ཞལ་ནས་ནི།། སྔར་ནས་དཔའ་བོ་ཁྱོད་ཉིད་ཀྱིས།། འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།། སེམས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་ཞི་བར་བྱས།།དེ་ལ་བདག་ནི་རྗེས་ཡིད་རངས།། ད་ནི་ལུས་ཀྱི་ནད་རྣམས་ཀུན།།སེལ་ཕྱིར་སྨན་གཙོ་འདི་རྣམས་བྱུངས།།དབུས་ཀྱི་གཙོ་མོའི་ཕྱག་ན་ནི།། འདུ་བ་ཕྱི་སྔོམས་ཆ་དྲུག་བཟུང་།།ཤར་གྱི་གཙོ་མོའི་ཕྱག་ན་ནི།།སྲིད་བཅུད་འདུས་པ་དེ་ཡི་བྱེད།།ལྷོ་ཡི་གཙོ་མོའི་ཕྱག་ན་ནི།།ཀུན་བྱེད་རྒྱལ་པོ་དེ་དང་མཉམ།།ནུབ་ཀྱི་གཙོ་མོའི་ཕྱག་ན་ནི།།རིན་ཆེན་སྙིང་པོ་དེའི་ཆ་བྱེད།།བྱང་གི་གཙོ་མོའི་ཕྱག་ན་ནི།།མེ་ཏོག་བཅུད་དང་གཉེན་པོའི་སྨན།། རྣམ་པ་ལྔ་པོ་ཚད་དང་སྦྱར།།དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཞིབ་པར་བཏགས།། མེ་ཏོག་བཅུད་ཀྱི་ཁུ་བས་སྦྱ།།རིལ་བུ་བྲ་མའི་རིལ་མ་ཙམ།།①ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་ནི་གྲུབ་ཐོབ་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོ་སྐུ་ཉིད་དཔལ་རི་བོ་ཆེ་ཡི་རྩེ་མོ་ཞེས་དེང་ངམ་རིང་རྫོང་རི་བོ་ཆེ་ཁུལ་དུ་མི་རྟག་ཏིང་འཛིན་བསྒོམས་པའི་སྐབས་སུ་མཁའ་འགྲོ་ཕྱེ་ལྷས་ལུང་བསྟན་གནང་བ་བཞིན་སྨན་རྒྱ་ཨ་རུ་ར་སོགས་གཙོ་བོའི་སྨན་སྣ་ལྔ་ཚད་དང་སྦྱར་ནས་ཞིབ་བཏགས་བྱས་ཏེ་སྤྲང་རྩིས་རིལ་བུ་འདྲིལ་བྱེད་ཀྱི་ཁུ་བ་བྱས་ནས་གྲུབ་པའི་སྨན་མཆོག་ཞིག་ཡིན། དེའི་སྙིང་སྨན་རྩིས་མཁས་དབང་མཁྱེན་རབ་ནོར་བུ་མཆོག་ནས་སྨུག་པོའི་ནད་ལ་དགོངས་ནས་རེ་སྐོན་རྩི་དམར་བསྣན་པས་དེང་དུས་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་པའི་སྨན་མཆོག་གྲུབ་ཐོབ་རིལ་དཀར་འདི་གྲུབ་པ་དང་། ནད་ཐོག་ཏུ་དམིགས་གསལ་ནུས་པ་ཐོན་པས་མང་ཚོགས་མང་ཆེ་བས་ཤེས་རྟོགས་དང་སྤྱོད་མང་བའི་སྨན་ཞིག་ཡིན་ལ་ད་བར་སྨན་རྩིས་ཁང་གི་ཕྱག་རྒྱུན་བཟང་པོ་མ་ཉམས་པར་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱུང་ཡོད། གྲུབ་ཐོབ་རིལ་དཀར་གྱི་མིང་གྲུབ་ཚུལ་ནི་གྲུབ་ཐོབ་ཅེས་གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱུག་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོའི་མཚན་བྱུར་དང་། རིལ་དཀར་ཞེས་ཁོང་གིས་སྦྱོར་བཟོ་གནང་བའི་ཐང་རྒྱལ་རིལ་བུ་དཀར་དམར་གཉིས་ལས་གཙོང་ནད་ཞི་བྱེད་རིལ་བུའམ་རིལ་རྩི་དཀར་པོའི་སྦྱོར་བ་ཡིན་པས་གྲུབ་ཐོབ་རིལ་དཀར་ཞེས་པའི་མིང་གྲུབ་ཅིང་། མིང་གཞན་ལ་ཙོང་ཞི་རིལ་དཀར་རམ་མང་ཚོགས་ཀྱི་ཁ་རྒྱུན་དུ་ཀླ་ཤེལ་དཀར་པོ་ཞེས་ཀྱང་འབོད་དོ།།

གཉིས་པ། སྨན་གྱི་སྦྱོར་བའི་སྐོར།

༡.༡༩༥༥ལོའི་ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་འཕྲོད་བསྟེན་པུའུའི་སྨན་རིགས་ཚད་གཞིའམ་ལྷ་ལྡན་སྨན་རྩིས་ཁང་གཅིག་མཐུན་སྦྱོར་བའི་ཚད་གཞི་སྟེ།

ཨ་རུ་གསེར་མདོག་རྒྱ་མ་༡.༥༠ཅོང་ཞི(ཚ་བཏུལ)རྒྱ་མ་༢.༠༠ཏོང་ལེན་རྒྱ་མ་༡.༢༠རེ་སྐོན་རྩི་དམར་རྒྱ་མ་༡.༢༠ པུ་ཤུད་ལ་རྒྱ་མ་༡.༢༠ བྲག་ཞུན་ཁཎྜ་རྒྱ་མ་༡.༠༠བཅས་སྨན་སྣ་གྲངས་༦དང་། རིལ་བུ་འདྲིལ་བྱེད་སྤྲང་རྩི་རྒྱ་མ་༠.༥༠ཚད་གཞིར་②བཟུང་ནས་སྦྱོར་དགོས།དེ་ཡང་ལག་ལེན་སྐབས་སྦྱོར་བའི་ནང་གི་ཅོང་ཞིའི་གྲངས་འབོར་ལས་གཉིས་ཆ་གཅིག་ཙམ་རིལ་སྦྱིར་བེད་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་སོ།།

༢.ཐང་རྒྱལ་རིལ་བུ་དཀར་དམར་གྱི་གཞུང་གསལ་བྱེད་ལས། ཨ་རུ་གསེར་མདོག་ཆ་དྲུག་ཅོང་ཞི་ཆ་གསུམ། ཀུན་བྱེད་རྒྱལ་པོ་ཞེས་ཟུར་ལུགས་སྤྲང་རྩི་དོ་པོ(བྲང་ལུགས་ཏོང་ལེན་)ཆ་གསུམ། བྲག་ཞུན་ཆ་བྱེད་གཉིས། པུ་ཤུད་ལ་ཆ་གསུམ་བཅས་ཚད་གཞིར་བཟུང་ནས་ཁུ་བ་སྤྲང་རྩིས་རིལ་བུ་འདྲིལ་བའི་སྦྱོར་

① འཛམ་མགོན་ཀོང་སྤྲུལ་ཟིན་ཏིག་དང་དེའི་ཞེར་མགོའི་ཆ་ལག་ཚོགས་བསྒྲིགས། ༤༥༥

② ༡༩༥༥ལོའི་ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་འཕྲོད་བསྟེན་པུའུའི་སྨན་རིགས་ཚད་གཞི། ༤༡༡༧

རྩལ་①ཞིག་ཡོད་པ།

གོང་གསལ་དཔེ་མཚོན་ཙམ་དུ་གྲུབ་ཐོབ་རིལ་དཀར་གྱི་སྦྱོར་བ་ཙུང་མི་འདྲ་བ་ཁག་གཉིས་གླེང་བ་ལས་དེང་དུས་ལྷ་ལྡན་སྨན་རྩིས་ཁང་རྩུད་པའི་བོད་སྨན་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་མཁན་མང་ཆེ་བས་ཡོངས་གྲགས་སུ་སྦྱོར་བ་དང་པོ་དེ་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་ལ།དེ་བཞིན་གྲུབ་ཐོབ་རིལ་དཀར་སྙིང་ཁ་བསྐུར་སྨན་སེ་བའི་མེ་ཏོག་བསྣན་པས་རིལ་དཀར་པད་སྔོང་ངམ་སེ་མེ་རིལ་དཀར་ཞེས་བད་མཁྲིས་ལས་གྱུར་མགོ་ནད་དང་།ཡི་ག་འཆུས་དང་མཁྲིས་ཁྲུ་སྐྲུག་པ་སེལ་བའི་སྨན་མཆོག་ཞིག་ཏུ་གྲུབ་པ་དང་། གཞན་ཡང་སྦྱོར་བ་འདིར་ནད་གཞི་དང་བསྟུན་ནས་ཁ་བསྐུར་སྨན་ཡང་མང་དག་ཅིག་མཆིས་པ་གཞུང་ལས། འདི་ལ་ནན་ཏན་བསྐྱེད་པ་ཡིས།།ཁ་བསྐུར་སྨན་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།།རྒྱང་ལ་ཨ་གར་ལི་ཤི་དང་།།མཁྲིས་པར་ཏིག་ཏ་གསེར་མེ་ཏོག །བད་ཀན་བསེ་ཡབ་སེ་འབྲུ་བསྡེབས།།གཉན་ཚད་པོང་ང་གླ་རྩི་བསྣན།།རིམས་ལ་བོང་དཀར་འཛིན་པ་བསྣན།། དོན་ལྔ་ལ་ནི་བཟང་པོ་དྲུག །སྙིང་གི་བཟང་པོ་ཛཱ་ཏི་སྟེ།།སློག་མའི་བཟང་པོ་ལི་ཤི་ཡིན།།གློ་བའི་བཟང་པོ་ཅུ་གང་ཡིན།།མཆིན་པའི་བཟང་པོ་གུར་གུམ་སོ།།མཆེར་པའི་བཟང་པོ་ཀ་ཀོ་ལ།། མཁལ་མའི་བཟང་པོ་སུག་སྨེལ་ལོ།། སྣོད་དྲུག་ལ་ཡང་བཟང་པོ་དྲུག།ཕོ་བའི་བཟང་པོ་སེ་འབྲུ་ཡིན།།མཁྲིས་པའི་བཟང་པོ་གསེར་མེ་ཡིན།།རྒྱུ་མའི་བཟང་པོ་དུག་མོ་ཉུང་།།མཚན་མའི་བཟང་པོ་དབང་པོ་ལག།སྣང་པའི་བཟང་པོ་རྒྱ་ཚྭ་ཡིན།།མངལ་གྱི་བཟང་པོ་བ་སྤྲུ་བ།།མངལ་དང་བསམ་སེའུ་གཅིག་ཏུ་འདོད།།རྒྱ་སེར་སེང་ལྡེང་དཔལ་རྒྱ་བསྣན།།གཉེན་པོའི་སྨན་ནི་གཞན་མེད་ཀྱང་།།རྩ་བའི་སྨན་ནི་ཀུན་ལ་བསྟེགས།།དེ་སྐད་མཁའ་འགྲོའི་ཞལ་གདམས་བཅུད།།མ་བརྗེད་ལྷུགས་ཟམ་སྨོན་པ་ངས།།ནན་དུ་བགྱིས་ནས་ཡི་གེར་བཏབ།།དགེ་འདིས་ཡུལ་དུས་གནས་སྐབས་སུ།།མར་གྱུར་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ།།ཀུན་ཀུང་ནད་མ་མཆིས་པར།།ཡུལ་བྱུང་སྨན་གྱི་བླ་མ་ཡི།།གོ་འཕང་མཆོག་ལ་འགོད་གྱུར་ཅིག།②ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།།

གསུམ་པ། སྨན་རྒྱ་སོ་སོའི་ཇ་སྦྱོད་དང་འདུལ་སྦྱོང་ལག་ལེན།

གཅིག ཨ་རུ་རའི་སྐོར།

༡ ངོ་སྤྲོད། ཨ་རུ་ར་ཞེས་ཤིང་སྨན་གྱི་ཐོ་ལས་འབྲས་བུའི་རིགས་ཀྱི་སྨན་ཞིག་དང་། ཨ་རུ་ར་ཞེས་བྱ་བའི་སྡོང་པོ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་སྟེ། ཡོངས་གྲགས་སུ་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལྔ་དང་།རྒྱས་པར་དབྱེ་བ་བརྒྱད་དུ་འབང་འབྱེད་སྲོལ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གང་ཡང་ཆེ་ལ་གསེར་མདོག་གི་མདོག་ལྡན་པ། ཤ་ཆེ་ལ་རུས་པ་སྲ་བ།བཅད་འཕྲོ་འོད་དང་ལྡན་ལ་མཁྲེགས་པ་བཟང་བ་དེ་སྤྱོད་པའོ།།

༢ འདུལ་སྦྱོང་ལག་ལེན། སྦྱོར་བ་འདིར་ཤ་རུས་འཕྱལ་ནས་རུས་པ་དོར་ཏེ་ཤ་རྣམས་གད་གཙང་བྱས་ཏེ་སྤྱོད་དགོས། གཞན་ཡང་སྦྱོང་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་རྗེན་པའི་འདུལ་སྦྱོང་ལས་སྔོན་ལྷ་བུར་ཨ་རུ་རའི་མཆུའི་རྩེ་མོ་དེ་ཉིད་མེ་སྦུར་ནང་བསྲེག་ཙམ་བྱས་ཏེ་མ་ཆོག་པར་ངར་ཐོན་ཙམ་བྱེད་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་སྨན་སྦྱོར་སྐབས་སུ་འདུལ་སྦྱོང་བྱེད་སྟངས་ཀུང་མི་འདྲ་བ་ཁ་ཤས་མཆིས་སོ།།

གཉིས། ཅོང་ཞིའི་སྐོར།

①འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤྲུལ་ཡིན་ཏིག་དང་དེའི་ཞེར་མཆོད་ཆ་ལག་ཕྱོགས་བསྒྲིགས།༡༥༥

②འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤྲུལ་ཡིན་ཏིག་དང་དེའི་ཞེར་མཆོད་ཆ་ལག་ཕྱོགས་བསྒྲིགས།༡༧༠༠

༡ ངོ་སྤྲོད། ཅོང་ཞི་ནི་རྫོ་སྨན་གྱི་རིགས་ཤིག་སྟེ། ངོས་འཛིན་སྟབས་ཀྱུ་རྒྱ་བའི་དབྱེ་བ་ནི་ཕོ་ཅོང་དང་། མོ་ཅོང་། མ་ནིང་ཅོང་ཞི། བུ་ཅོང་། བུ་མོ་ཅོང་ཞི་བཅས་ལྔ་ལས། ①རྣ་སོ་བཅག་པ་ལྟ་བུ་མཁྲིགས་ཤིང་ཁྲི་ལ་ཆིལ་བུ་འདུ་བ་དེ་ཕོ་ཅོང་དང་། དཀར་པོ་གངས་ཧིགས་འདྲ་བ་སྐྱ་སོབ་ལྷ་རིང་ལ་མཉེན་ཞིང་འཐོལ་བ། ཆུ་ཚན་སྨན་ཆུ་ཡོད་སར་འབྱུང་བ་དེ་བུ་ཅོང་། སྨུག་ཟིལ་བ་ཧུ་ལྟ་བུ་གཡའ་དང་བྲག་གི་སྦུབས་སུ་འབྱུང་བ་མོ་ཅོང་། གཡའ་མའམ་བྲག་གི་སྦུབས་སུ་སེར་ལ་དྲིག་པ་ཆགས་པ་འབྱུང་བ་ནི་བུ་མོ་ཅོང་ཞི། ཁ་དོག་དཀར་དམར་སེར་ལ་ལྷ་རིང་ཞིང་མཉེན་པ་ནི་མ་ནིང་ཅོང་ཞིར་གྲགས་ཞིང་། སྦྱོར་བ་འདིར་ཕྱི་ཁྱབ་ཏུ་ཕོ་ཅོང་རྣ་སོ་བཅག་པ་ལྟ་བུ་དགོས་ཀྱང་ལག་ལེན་དུ་ཅོང་ཞི་མ་སྨིན་པའི་རིགས་སྤྱད་པ་དང་། དེ་བཞིན་རྫོ་གཞན་གྱི་ལྷད་མེད་པའི་ཅོང་ཞི་དེ་སྤྱོད་པའོ།།

༢ འདུལ་སྦྱོང་ལག་ལེན། སྨན་གྱི་སྦྱོར་བ་མི་འདྲ་བར་གཞིགས་ནས་ཅོང་ཞིར་ཚ་བཏུལ་དང་།གྲོད་བཏུལ།ཅོང་ཞི་མཛོ་བོ་སོགས་འདུལ་སྦྱོང་ལས་རྣོན་བྱ་ཐབས་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་ཁ་ཤས་ཡོད་ཅིང་། སྦྱོར་བ་འདིར་ཅོང་ཞི་ཚ་བཏུལ་དགོས་པས། དེ་ཡང་འདུལ་བྱའི་ཅོང་ཞི་ཆུ་གཙང་གིས་དག་པར་བཀྲུས་ཏེ་ཆེ་ཆུང་ཆུ་སྲན་ཙམ་སྒྲོམས་པར་བརྡུངས་དགོས། (གལ་སྲིད་ཏ་ཙང་ཆེ་དྲགས་ན་དུག་འདོན་གྱི་ནུས་པ་ཚུལ་བཞིན་མི་ཡོང་བ་དང་། ཏ་ཙང་ཞིབ་ཆེ་ན་ཆུ་བཤལ་སྐབས་འཕྲོ་བརླག་འགྲོ་སྲིད་) དེ་རྗེས་བོང་དམར (ཚབ་ཏུ་བོང་དཀར་) ཕྱེ་མ་ཅོང་ཞིའི་གྲངས་འབོར་གྱི་༠.༥% དང་ཟེ་ཚྭ་ཅོང་ཞིའི་གྲངས་འབོར་གྱི་༥% ཙམ་བླུགས་པའི་ཆུར་ཆུ་ཚོད་གསུམ་ཙམ་བཙོས་རྗེས་ཁུ་བ་སེར་ཤས་ཕྱིར་འཕོ་ནས་ཆུ་གྲང་གིས་ཡང་ཡང་བཤལ་ཏེ་ཆུ་མདོག་ཕོ་ཁྲོལ་བྱུང་ན་དུག་ཐོན་པས་སྐམ་ནས་སྨན་དུ་སྤྱོད་ཆོག

གསུམ། ཀུན་བྱེད་རྒྱལ་པོ་ (ཤང་སྦྲི་རྡོ་ཐོ) ཡི་སྐོར།

༡ངོ་སྤྲོད། ཤང་སྦྲི་རྡོ་ཐོ་ནི་རྫོ་སྨན་གྱི་རིགས་ཤིག་སྟེ། དེར་རིགས་གསུམ་སྟེ། ཤང་སྦྲི་རྡོ་ཐོ་དང་། ལུག་སྦྲི་རྡོ་ཐོ། ཤང་སྦྲི་སྦུར་བག་ཅན་དང་གསུམ། འབྱུང་དཔེར། ཤང་སྦྲི་རྡོ་ཐོ་ཁ་ལུང་སྐྱེ།།ལོ་མ་འདབ་མར་ཉག་ག་མེད།།སྡོང་པོ་རིང་ལ་མེ་ཏོག་དཀར།།རྒྱས་པ་མི་རྒྱན་མགོ་བོ་འདྲ།།ཞེས་གསུངས་ཞིང་རོ་ནི་ཁ་བའོ།།དེང་དུས་སྨན་དུ་རྩ་བ་དང་ལོ་སྡོང་འདྲེས་མ་དེ་སྤྱོད་པ་ཡིན། སྨན་རྫས་འདི་ཉིད་འདིར་ཟུར་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་ལྟར་བྲིས་པ་ཡིན།

༢ འདུལ་སྦྱོང་ལག་ལེན། ཤང་སྦྲི་རྡོ་ཐོ་སྟེ་རྩ་ལོ་མེ་འབྲས་ལྡན་ཅིག་ཕྱི་ཟླ་༧-༩བཏུས་ཏེ་གནས་དེའི་ཆུས་དག་པར་བཀྲུས་ཏེ་ཕོ་ཆོལ་རྒྱ་པབ་བསིལ་སྐམ་བྱས་ནས་སྤྱོད་དགོས་སོ།།

བཞི། ཀུན་བྱེད་རྒྱལ་པོ་ (ཏིང་ལེན) གྱི་སྐོར།

༡ ངོ་སྤྲོད། ཐོ་སྨན་རིགས་ཤིག་སྟེ།དེར་རིགས་བཞི་ཡོད་པ་དང་། མཆོག་གྱུར་གཉིས་ནི་སྟོད་ནས་བྱུང་བའི་ལྕུམ་རྩ་དམར་སྨུག་ཏུལ་པ་འདྲ་བ་དང་སྐྱ་སོབ་སྤོ་ལོ་འདྲ་བ་དེ་གཉིས་ཀ་རོ་ཤིན་ཏུ་ཁ་བ་ཡིན།འོན་ཀྱང་དེང་དུས་དེ་གཉིས་སྤྱོད་པ་ཉུང་།དེ་ལས་དམན་པ་བོད་ཁམས་གང་དུ་ཡང་སྐྱེ་བ་ཕོ་མོ་རིགས་གཉིས་ཏེ།འབྱུང་དཔེར། ཕོ་ལྕུམ་གཡའ་ཤག་རྫ་ལས་སྐྱེ།། མོ་མ་སྨུག་མཐུག་ལྕུམ་པ་ལ།། མེ་ཏོག་སྨུག་པོ་འཁྱོང་མོ་འདུ།། རྩ་བ་ཤོག་ཚིམ་འདྲ་བ་ཡིན་

①སྨན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་དཔེ་རྗེ་མེད་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་། ཤ༥༢

པའོ།། མོ་ལུམ་ནི་ཉིན་སྲིབས་གཉིས་ཀྱི་རི་ལས་སྐྱེ།། ལོ་མ་སྔོང་བུ་ཅུང་ཟད་ཕྲ།།ན་དང་སྤུང་གི་མཚོ་ལས་སྐྱེ།།ལོ་མ་མཐུག་གཉེར་འཁྱུངས་པ་ལ།།རོ་ནི་ཁ་ལ་ཙུམ་པ་བཞིལ།།①ཞེས་པ་ལྟར་ཡིན་ཅིང་། ངོས་འཛིན་སྐབས་སྔོང་པོ་དང་མེ་ཏོག་ཡོད་མེད་ལ་བསྟོས་ནས་ཕོ་མོ་དབྱེ་བ་ཙམ་ལས་དོན་དུ་སྨན་རྒྱུ་གཅིག་གོ།

༢ འདུལ་སྦྱོང་ལག་ལེན། སྡོང་ལེན་ཏེ་རྩ་ལོ་མེ་འབྲས་ལྷན་ཅིག་ཕྱི་ཟླ་༧-༩ཙམ་དུ་བཏུས་ཏེ་གནས་དེ་གའི་རྒྱུས་དག་པར་བཀྲུས་ལ་སྒོ་ཆོལ་གྲ་ཕབ་བཞིལ་སྐམ་བྱས་ནས་སྤྱོད་རྒྱུ།

༤། རེ་སྐོན་རྩི་དམར་གྱི་སྐོར།

༡ ངོ་སྤྲོད། རེ་སྐོན་རྩི་དམར་ནི་སྔོ་སྨན་གྱི་རིགས་ཤིག་སྟེ། གཡའ་སྤུང་ལ་སྐྱེ་ཞིང་ལོ་མ་སྔོ་སེབ་ས་ལ་བསྒྲད་པ། མེ་ཏོག་དཀར་སེར་ཆུང་ལ་མཛེས་པ། རྩ་བ་རྐང་གཅིག་ཡིན་ཅིང་ཁ་དོག་དམར་ལ་དྲི་ཞིམ་པ། རོ་ནི་ཁ་བའོ།།

༢ འདུལ་སྦྱོང་ལག་ལེན། རེ་སྐོན་རྩི་དམར་ཏེ་ལོ་སྔོང་མེ་འབྲས་ལྷན་ཅིག་ཕྱི་ཟླ་༧-༩བཏུས་ཏེ་གནས་དེ་གའི་རྒྱུས་དག་པར་བཀྲུས་ལ་སྒོ་ཆོལ་གྲ་ཕབ་བཞིལ་སྐམ་བྱས་ནས་སྤྱོད་རྒྱུ།

༥། བྲག་ཞུན་གྱི་སྐོར།

༡ ངོ་སྤྲོད། བྲག་ཞུན་ནི་གཏེར་དངོས་ལས་བྱུང་བའི་རྩི་སྨན་གྱི་རིགས་ཤིག་སྟེ། དེ་ནི་འགྲོ་རྒྱུག་ཏ་ཅང་ཆེ་བའི་སྨན་རྒྱ་ཞིག་ཡིན་པས་ཡང་དག་པའི་སྒོ་ནས་དེའི་འབྱུང་ཁུངས་དང་ངོས་འཛིན་གསལ་ཤེས་རྟོགས་པ་བྱེད་རྒྱུ་གལ་འགངས་ཆེ་སྟེ། གོང་སྨན་པའི་བོད་དམར་ལས། བྲག་ཞུན་རིན་ཆེན་ལྔ་ལྡན་བྲག་རི་ལས།། བཙུད་ཉིད་ཞུན་དུ་བབས་པས་བྲག་ཞུན་བརྗོད།།འགའ་ཞིག་བྲག་བྲའི་བྲུན་དུ་འདོད་ན་ཡང་།། མ་བརྟགས་བབ་བཅོལ་མུན་སྤྲུལ་གཏམ་ཡིན་ནོ།།②ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེའི་འབྱུང་ཁུངས་གཙོ་བོ་ནི་བྲག་གི་གས་གསེང་དང་སྦུབས་ཀ་སོགས་ནས་བྱུར་ཞུན་ལྟར་བྲག་གི་བཙུད་ཁུ་གཅིག་ཏུ་འཁྱིལ་ནས་འབབ་པ་དེ་རེད། རྒྱ་སྐད་དུ（渣驯）ཞེས་དང་དོན་བསྒྱུར་བྱས་ཚེ（岩精）ཞེས་བསྒྱུར་དགོས་ཀྱི་འདུག །དེང་སྐབས་འགའ་ཤས་ཀྱིས་ཀྱང་ཕུགས་གསོ་རིག་གི་སྤྱོད་པའི་ཝུའུ་ལིན་ཀྲི（五灵脂）ཞེས་པར་ངོས་འཛིན་དང་ཡིག་བསྒྱུར་བྱས་པ་མ་ཟད་དེའི་དབང་གིས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་ཀྱང་ཡོད་པ་ལས་དོན་དུ་དེ་གཉིས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་སོགས་གང་ནས་བལྟས་ཀྱང་ཁ་དད་ཡིན་པའོ།

༢ འདུལ་སྦྱོང་ལག་ལེན། ཁྲ་བཟོས་ཏེ་སྤྱོད་རྒྱུ་སྟེ། ལག་ལེན་ནི་གད་གཙང་བྱས་རྗེས་རྡོབ་བརྡུངས་བྱས་ནས་བཙོ་སྣོད་དུ་ཆུ་འཁོལ་གཙང་མ་ནོན་རེས་དང་བླ་རྩི་དྲི་ཐོན་ཙམ་བླུགས་ནས་འདྲེས་པར་དཀྲུག་ལ་ཞག་གཅིག་འཛོག།རྗེ་ཉིན་ཤུངས་སུ་འཇུག་པའི་དྭངས་མ་ཟ་ཁུའི་མདོག་འདྲ་བ་རྣམས་སྣོད་གཞན་དུ་འདྲེན་ནས་ཚགས། སླར་དེའི་ཁར་ཆུ་འཁོལ་གཙང་མ་ནོན་རེས་སྔར་ལྟར་བླུག་པ་དང་དཀྲུག་པ་སོགས་དེ་ལྟར་ལན་གྲངས་ལྔ་ཙམ་བྱས་མཐར་བྲག་ཞུན་ཁུ་བ་ནོན་རྒྱ་མེད་མཚམས་ལ་སླེགས་རོ་རྣམས་འདོར། དྭངས་མ་རས་ཚགས་སུ་དྲངས་པ་དེ་རྣམས་སྣོད་གཙང་དུ་མ་འདྲེགས་པ་དང་མ་འཚོགས་པར་བསྐུས་པའི་ཚད་ལྡན་ཁྲ་བཟོས་ཏེ་རིལ་བུ་འདྲིལ་སྐབས་སྤྱོད་དགོས།

༦། ཙནྡ་ཧུ་ལའི་སྐོར།

①སྨན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་དཔེ་རིས་མེད་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་། ཤ༤༠༠

②སྨན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་དཔེ་རིས་མེད་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་། ཤ༡༠༧

༡ ངོ་སྤྲོད། དེ་ནི་ལྕམ་བུ་ཐང་སྨན་གྱི་རིགས་ཤིག་སྟེ། ཁྱཱི་ཐུ་ལ་ཞེས་ཁམས་ཏུ་ཏ་ལ་ངོས་འཛིན་ཅིང་། རང་ལྗོངས་ཀྱི་ཆབ་མདོའི་འཇོ་མདའ་དང་། ཧོ་འཇོ་སོགས་ཇོང་འགའ་དང་། དཀར་མཛེས། ཟ་བ་སོགས་ཁམས་ཡུལ་ནས་འབྱུང་ཞིང་། རྩ་བ་སེར་སྐྱ་སྨུ་མཁྲིགས་ཕྱིའི་ཤུན་པ་ལོ་རེ་བཞིན་བརྗེ་བ། ཕྱི་ངོས་སུ་སེག་རྫར་གྱི་རི་མོ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན།

༢ འདུལ་སྦྱོང་ལག་ལེན། ཁྱཱི་ཐུ་ལ་དེ་ཕྱི་ཟླ་༥-༡༠་རྩ་བ་བཏུས་ནས་གནས་དེ་གའི་ཆུས་དག་པར་བཀྲུས། གཤགས་བཏུབ་གང་བདེར་བྱས་ནས་གྲིབ་སྐམ་བྱས་རྗེས་གད་གཅང་བྱས་ཏེ་སྤྱོད་རྒྱུ།

བརྒྱད། སྦྲང་རྩིའི་སྐོར།

༡ ངོ་སྤྲོད། སྦྲང་རྩི་ནི་སྲོག་ཆགས་ལས་བྱུང་བའི་རྩི་སྨན་གྱི་རིགས་ཤིག་སྟེ།སྦྲང་ནོར་བུས་མེ་ཏོག་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་རྩི་བཅུད་འཇིབ་ནས་བསགས་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྩི་སྨན་ཞིག་སྟེ།དེར་དཀར་སྨུག་གཉིས་ལས། དཀར་པོ་དེ་རོ་ཤིན་ཏུ་མངར་བ་ཁར་ཟོས་ཚེ་རྩི་མེད་པ་སྐྱེ་བཟང་བའོ།།

༢ འདུལ་སྦྱོང་ལག་ལེན།སྦྲང་རྩིའི་ནང་ཆང་ཕྲན་ཙམ་དང་ཆག་ཤ་དམར་པོ་མཐེ་བོང་ཙམ་བཏབ་ནས་ལྷག་ཙམ་བསྐོལ་རྗེས་ཆག་ཤ་དོར་ཏེ་རས་ཚགས་ལ་བཙག་སྟེ་དྭངས་མ་དེ་སྦྱོར་བའི་ཚད་བཞིན་རིལ་བུའི་ཁུ་བར་སྤྱོད་རྒྱུ།

བཞི་པ། ཕན་ནུས་སམ་ཁྱད་འཕགས་ཀྱི་རང་བཞིན།

སྦྱོར་བ་འདི་ཡི་རིལ་ཕྱིའི་ཁ་མདོག་དཀར་པོ་དང་རོ་སྐྱུར་ལ་ཁ་བ། རང་བཞིན་ཅུང་བསིལ་ལ་བཟི་མེད་པ་ཞིག་དང་། ཕན་ནུས་པོ་ནད་གསར་རྙིང་དང་།།བད་ཀན་སྨུག་ནད་ཀྱིས་གྲང་ཚ་བ་དང་། ཆུ་སེར་ལངས་པ། མཆིན་པ་དང་ཁྲག་མཁྲིས་ཀྱི་ནད།དབུགས་མི་བདེ་བ། སྨུག་པོ་གློ་ཅེར།།བད་ཁྲག་ཅེར་བའི་གློ་ནད་)སོགས་ལྷན་འདུས་ཀྱི་ནད་ཀུན་ལ་ཕན་པ། ནད་ཚ་བ་དང་གྲང་བ་གང་ཡང་རུང་བར་བསྟེན་ཆོག་པའི་འདུ་བ་ཕྱི་རྒྱམས་ཀྱི་སྨན་སྦྱོར་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་ཡིན།སྨན་སྦྱོར་ནུས་པ་ཐོགས་བཏུས་ཕན་བདེའི་ལེགས་བཤད་ལས།སྨན་མཆོག་གྲུབ་ཐོབ་རིལ་དཀར་འདིས།།འདུ་བ་གང་ལའང་མི་གནོད་ཅིང་།།རླུང་དང་མཁྲིས་པ་བད་ཀན་སོགས།།བཞི་བརྒྱ་རྩ་བཞིའི་ནད་རྣམས་ཀུན།།འདི་ཡིས་མི་སེལ་གཅིག་ཀྱང་མེད།།①ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ནོ།།

མཇུག་བསྡུ་བ།

གོང་དུ་ཁོ་བོས་སྨན་སྦྱོར་ལས་གནས་ཐོག་གི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམ་པའི་ཡང་དག་མཛུབ་ཁྲིད་དང་ལོ་མང་སྨན་སྦྱོར་བྱ་གཞག་ནང་བཞུགས་པའི་ཉམས་མྱོང་ལ་བརྟེན་ནས་འདིར་སྨན་མཆོག་གྲུབ་ཐོབ་རིལ་དཀར་གྱི་སྐོར་ལ་ཅུང་ཟད་གླེང་ཀྱང་དེའི་ནང་ཚིག་གི་འགལ་འཁྲུལ་དང་དོན་གྱི་སྙིང་པོས་དབེན་པའི་གནས་ཧ་སྐྱེད་ཅིག་མཆིས་སྲིད་པས་འདིར་བཟོད་གསོལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ཕན་པ་ཏིལ་འབྲུ་ཙམ་མངའ་ན་གསོ་བ་རིག་པའི་བསྟན་པར་ཕན་པར་གྱུར་ཅིག།

①འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤྲུལ་ཟིན་ཏིག་དང་དེའི་ཉེར་མཁོའི་ཆ་ལག་ཕྱོགས་བསྒྲིགས། སྨད་ཆ། ༡༡༠༠

དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་ཆ།

1. ཀོ་འཇོ་དཔང་འདུས་ཀྱིས་མཛད་པའི་འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤྲུལ་ཞིན་ཏིག་དང་དེའི་ཞེར་མགོའི་ཆ་ལག་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་སྨད་ཆ།[M]ཀྲུང་གོའི་བོད་རིག་པ་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་༢༠༡༦ལོར་པེ་ཅིན་དུ་དཔར།
2. ཀུན་དགའ་བའི་རྡོ་རྗེས་མཛད་པའི་སྨན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་དཔེ་དྲི་མེད་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་།[M]མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་༢༠༡༧ལོར་པེ་ཅིན་དུ་དཔར།
3. ༡༩༩༥ལོའི་ཀྲུང་ཧྭ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་འཕྲོད་བསྟེན་པུའུའི་སྨན་རིགས་ཚད་གཞི། བོད་སྨན། དེབ་དང་པོ།
4. སྡེ་སྲིད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པའི་མན་ངག་ལྷན་ཐབས་དང་ཟླ་ཤེལ།[M]མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་༢༠༠༥ལོར་པེ་ཅིན་དུ་དཔར།
5. གཡུ་ཐོག་ཡོན་ཏན་མགོན་པོས་མཛད་པའི་རྒྱུད་བཞི།[M]བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་༡༩༨༢ལོར་ལྷ་སར་དཔར།
6. ཀུན་བློ་བཟང་རྡོ་རྗེས་མཛད་པའི་བོད་སྨན་འདུལ་སྦྱོར་ལག་ལེན་ཚད་གཞི།[M]བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་༢༠༠༨ལོར་ལྷ་སར་དཔར།
7. ལྗོངས་སྨན་ཞིབ་ཁང་གིས་བསྒྲིགས་པའི་བོད་སྨན་སྦྱོར་ཚད་ཆེན་མོ།[M]བོད་ལྗོངས་མི་དམངས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གིས་༡༩༨༩ལོར་ལྷ་སར་དཔར།

浅析藏药“智托日嘎丸”的来源及实践配制方法

尼玛次仁① 洛桑多吉②

①西藏自治区藏医院，西藏拉萨，850000

②西藏自治区藏医院，西藏拉萨，850000

摘要: 本文浅析藏药“智托日嘎丸”期初方剂来源及命名由来，药物成份，主治功能等，并论述了该配方中所涉及的药材来源、药材鉴别方法、药材产地加工等相关工艺。另外结合配制实践经验详细介绍了寒水石、渣驯膏、川木香等藏药材的加工炮制方法等方面进行了深入的阐释。

关键词: 智托日嘎丸 来源 配伍技艺 加工炮制

A Brief Analysis on the Origin and Preparation Practice of Drubthob White Pill: A Tibetan Medical Formula

Nyima Tsering ① ***Lobsang Dorjee***②

①Tibetan Hospital of Tibet Autonomous Region, Lhasa, Tibet, 850000

②Tibetan Hospital of Tibet Autonomous Region, Lhasa, Tibet, 850000

Abstract: this article analyzes the origin of the name of the Tibetan medicine "Drubthob White Pill", its ingredients, and its main functions. It also discusses the origin of the medicinal materials, the identification methods of the medicinal materials, and the processing of the origin of the medicinal materials involved in the formula. In addition, the processing methods of Tibetan medicinal materials such as Calcite, Bitumen, and Vladimiri souliei (Franch) were introduced in detail in combination with the practical experience of preparation.

Key words: Drubthob White Pill, origin, medical preparation, the processing methods

[རྩོམ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་བ། བདེ་སྐྱིད་མཚོ་མོ།]